5.127 Polievka zemiaková
100 porcií

Receptúra

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
voda	18,00	18,00	20,00	20,00	22,00	22,00	25,00	25,00
zemiaky	6,00	4,20	9,00	6,30	10,00	7,00	11,00	7,70
olej	0,10	0,10	0,15	0,15	0,25	0,25	0,35	0,35
múka hladká	0,20	0,20	0,20	0,20	0,25	0,25	0,30	0,30
maslo	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10
soľ	0,07	0,07	0,10	0,10	0,12	0,12	0,15	0,15
petržlenová vňať čerstva	0,10	0,07	0,10	0,07	0,10	0,07	0,10	0,07
rasca	0,02	0,02	0,03	0,03	0,03	0,03	0,04	0,04
paprika mletá červená	0,01	0,01	0,02	0,02	0,03	0,03	0,04	0,04
hmotnosť porcie v g	180		200		220		250	

Výrobný postup

Umyté, očistené na kocky pokrájané zemiaky uvaríme s rascou v slanej vode do polomäkka. Nasucho opražíme múku, pridáme olej, červenú papriku, zalejeme vodou, rozšľaháme a pridáme k polo uvareným zemiakom. Zjemníme maslom a varíme 20 minút. Podávame so závarkou.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	296	71	1,13	2,4	0,9	10,2	1,5	21,3	0,5	0,014	0,0	0,0	7,7	0,0
B	328	79	1,30	2,5	0,9	11,8	1,7	24,5	0,6	0,014	0,0	0,0	8,8	0,0
C	402	96	1,51	3,5	1,5	13,6	2,0	27,5	0,7	0,014	0,1	0,0	9,9	0,0
D	478	115	1,74	4,5	2,1	15,4	2,2	31,3	0,7	0,015	0,1	0,0	10,9	0,0